روزنامہ
ٹیلی فون نمبر:213029
C.P.L 29
الفضل
ایڈیٹر: عبدالسمیع خان
Web:http://www.alfazal.com
Email:editoralfazl@hotmail.com

بدھ 17 اگست 2005ء 11 رجب 1426 ہجری 17 ظہور 1384 ھش جلد 14 نمبر 123

ارشادات عالیہ حضرت بانی سلسلہ احمدیہ

سوال یہ ہے کہ اس جہنمی زندگی سے نجات کیونکر حاصل ہو؟ اس کے جواب میں جو علم خدا نے مجھے دیا ہے وہ یہی ہے کہ اس آتش خانہ سے نجات ایسی معرفت الٰہی پر موقوف ہے جو حقیقی اور کامل ہو کیونکہ انسانی جذبات جو اپنی طرف کھینچ رہے ہیں وہ ایک کامل درجہ کا سیلاب ہے جو ایمان کو تباہ کرنے کے لئے بڑے زور سے بہ رہا ہے۔ اور کامل کا تدارک بجز کامل کے غیر ممکن ہے۔ پس اسی وجہ سے نجات حاصل کرنے کے لئے ایک کامل معرفت کی ضرورت ہے کیونکہ مثل مشہور ہے کہ لوہے کو لوہے کے ساتھ ہی توڑ سکتے ہیں۔ یہ امر زیادہ دلائل کا محتاج نہیں کہ قدر دانی اور محبت اور خوف یہ سب امور معرفت یعنی پہچاننے سے ہی پیدا ہوتے ہیں۔ اگر ایک بچہ کے ہاتھ میں مثلاً ایک ایسا ٹکڑہ ہیرے کا دیا جائے جس کی کئی کروڑ روپیہ قیمت ہوسکتی ہے تو وہ صرف اس کی اسی حد تک قدر کرے گا جیسا کہ ایک کھلونے کی قدر کرتا ہے۔ اور اگر ایک شخص کو اس کی لاعلمی کی حالت میں شہد میں زہر ملا کر دیا جائے تو وہ اسے شوق سے کھائے گا اور یہ نہیں سمجھے گا کہ اس میں میری موت ہے۔ کیونکہ اس کو ایسے زہر کی معرفت نہیں۔ لیکن تم دانستہ ایک سانپ کے سوراخ میں ہاتھ ڈال نہیں سکتے۔ کیونکہ تمہیں معلوم ہے کہ ایسے کام سے مرنے کا اندیشہ ہے۔ ایسا ہی تم ایک ہلاہل زہر کو دیدہ و دانستہ کھا نہیں سکتے کیونکہ تمہیں یہ معرفت حاصل ہے کہ اس زہر کے کھانے سے مر جاؤ گے پھر کیا سبب ہے کہ اس موت کی تم کچھ بھی پرواہ نہیں کرتے کہ جو خدا کے حکموں کے توڑنے سے تم پر وارد ہو جائے گی۔ ظاہر ہے کہ اس کا یہی سبب ہے کہ اس جگہ تمہیں ایسی معرفت بھی حاصل نہیں جیسا کہ تمہیں سانپ اور زہر کی معرفت حاصل ہے۔ یعنی ان چیزوں کی پہچان ہے۔ یہ بالکل یقینی ہے اور کوئی منطق اس حکم کو توڑ نہیں سکتی کہ معرفت تامہ انسان کو ان تمام کاموں سے روکتی ہے جن میں انسان کے جان و مال کا نقصان ہو۔

(لیکچر لاہور۔ روحانی خزائن جلد 20 ص 149)

پس اے پیارو! یہ نہایت سچا اور آزمودہ فلسفہ ہے کہ انسان گناہ سے بچنے کے لئے معرفت تامہ کا محتاج ہے نہ کسی کفارہ کا۔ میں سچ سچ کہتا ہوں کہ اگر نوحؑ کی قوم کو وہ معرفت تامہ حاصل ہوتی جو کامل خوف کو پیدا کرتی ہے تو وہ کبھی غرق نہ ہوتی۔ اور اگر لوطؑ کی قوم کو وہ پہچان بخشی جاتی تو ان پر پتھر نہ برستے۔ اور اگر اس ملک کو ذات الٰہی کی وہ شناخت عطا کی جاتی جو بدن پر خوف سے لرزہ ڈالتی ہے تو اس پر طاعون سے وہ تباہی نہ آتی جو آ گئی۔ مگر ناقص معرفت کوئی فائدہ نہیں پہنچا سکتی۔ اور نہ اس کا نتیجہ جو خوف اور محبت ہے کامل ہوسکتا ہے۔ جو کامل ایمان نہیں وہ بے سود ہے۔ اور محبت جو کامل نہیں وہ بے سود ہے۔ اور خوف جو کامل نہیں وہ بے سود ہے۔ اور معرفت جو کامل نہیں وہ بے سود ہے۔ اور ہر ایک غذا اور شربت جو کامل نہیں وہ بے سود ہے۔ کیا تم بھوک کی حالت میں صرف ایک دانہ سے سیر ہوسکتے ہو؟ یا پیاس کی حالت میں صرف ایک قطرہ سے سیراب ہوسکتے ہو؟ پس اے سست ہمتو! اور طلب حق میں کاہلو! تم تھوڑی معرفت سے اور تھوڑی محبت سے اور تھوڑے خوف سے کیونکر خدا کے بڑے فضل کے امیدوار ہوسکتے ہو؟ گناہ سے پاک کرنا خدا کا کام ہے اور اپنی محبت سے دل کو پُر کر دینا اسی قادر و توانا کا فعل ہے اور اپنی عظمت کا خوف کسی دل میں قائم کرنا اسی جناب کے ارادہ سے وابستہ ہے۔ اور قانون قدرت قدیم سے ایسا ہی ہے کہ یہ سب کچھ معرفت کاملہ کے بعد ملتا ہے۔ اور خوف اور محبت اور قدر دانی کی جڑھ معرفت کاملہ ہے پس جس کو معرفت کاملہ دی گئی اس کو خوف اور محبت بھی کامل دی گئی۔ اور جس کو خوف اور محبت کامل دی گئی اس کو ہر ایک گناہ سے جو بیباکی سے پیدا ہوتا ہے نجات دی گئی۔

(لیکچر لاہور۔ روحانی خزائن جلد 20 صفحہ 150)

دوڑ کر آیا ہوں

حضرت ابوسعید خدریؓ بیان کرتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے نماز کیلئے نکلتے وقت یہ دعا سکھائی۔

اے اللہ تو جانتا ہے کہ مجھے کسی فخر اور غرور یا شہرت و ریاء نے باہر نہیں نکالا بلکہ میں اپنے گناہوں سے بھاگتے ہوئے دوڑ کر تیری طرف آیا ہوں۔ تیرا اور تیرے عذاب کا خوف لے کر نکلا ہوں۔ تیری ناراضگی سے بچنے اور تیری رضامندی کے حصول کی خاطر نکلا ہوں۔ میرا سوال یہ ہے کہ اپنی رحمت سے مجھے آگ سے بچالے اور میرے گناہ بخش دے تیرے سوا کوئی گناہ نہیں بخش سکتا۔

(سنن ابن ماجہ کتاب المساجد باب المشی الی الصلوٰۃ حدیث نمبر:770)

ربوہ میں جشن آزادی جوش وخروش سے منایا گیا

پاکستان کا 58 واں یوم آزادی ربوہ میں بڑے جوش وخروش سے منایا گیا۔ احباب، خواتین اور چھوٹے بچوں نے یکساں دلچسپی سے اپنے اپنے رنگ میں جشن آزادی میں شرکت کی۔ جماعتی اور سرکاری اداروں پر قومی پرچم لہرائے گئے اور چراغاں کیا گیا۔ اہالیان ربوہ نے اپنے گھروں کو قومی پرچموں اور جھنڈیوں وغیرہ سے سجایا اور بعض نے لائٹس اور دیئے جلا کر چراغاں بھی کیا۔ بازاروں کو بھی جھنڈیوں اور چراغاں کی مدد سے خوبصورتی سے سجایا گیا۔ جگہ جگہ یوم آزادی کے حوالے سے مختلف اشیاء کے سٹالز لگائے گئے۔ اہالیان ربوہ کثیر تعداد میں خرید وفروخت کرتے رہے جس کی وجہ سے رونق کے ساتھ ساتھ رش میں بھی اضافہ ہوگیا۔ یہ چراغاں، رونقیں اور چہل پہل دیکھنے سے تعلق رکھتی تھیں۔ اللہ تعالیٰ ہمارے جان سے عزیز وطن کو ہمیشہ شاد و آباد رکھے۔

نادار مریض توجہ کے مستحق ہیں

فضل عمر ہسپتال نادار اور مستحق افراد کو مفت علاج معالجہ کی سہولت فراہم کرتا ہے۔ ہر سال ہزاروں مریض اس سہولت سے فائدہ اٹھا رہے ہیں ملک میں بڑھتی ہوئی مہنگائی اور ادویات کی قیمتوں میں غیر معمولی اضافہ کے باعث دن بدن ایسے مریضوں کی تعداد میں اضافہ ہو رہا ہے اس لئے مدامداد مریضان میں رقم کی فوری ضرورت ہے تا ایسے دکھی مریض علاج و معالجہ سے محروم نہ رہیں۔

مخیر حضرات کی خدمت میں دردمندانہ درخواست ہے کہ وہ فوری طور پر اپنے صدقات اور عطیات مد آمد مریضان فضل عمر ہسپتال بھجوائیں اور دکھی انسانیت کی خدمت میں اپنا کردار ادا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اس کی توفیق دے اور آپ کی خدمت کو قبول فرمائے۔ (ایڈمنسٹریٹر فضل عمر ہسپتال ربوہ)

مری جان پاکستان ہے

مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے
مرے دل میں ہے یہ رچا بسا یہی امر ''من الایمان'' ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

جو میں گم ہوں اس کے بہشت میں تو گُندھا یہ میری سرشت میں
گو میں نغمے ہوں گاتا ہزارہا مگر اس پہ ٹوٹتی تان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

نہ پنجاب والوں کا گیت ہے نہ ہی سندھیوں کا سنگیت ہے
نیا رنگ ہے اس قوم کا نہ بلوچ ہے، نہ پٹھان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

سبھی گا رہے اک تال پر سبھی خوش ہیں ماضی و حال پر
ہے نِگاہ استقبال پر کہ جو لا رہا نئی شان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

مجھے پیار اس کے چمن سے ہے مجھے پیار کوہ و دمن سے ہے
مرے عین خواب و خیال میں یہی رہتا وردِ زبان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

مجھے پیارے اس کے ہیں بحر و بر مجھے پیارے اس کے ہیں دشت و در
مرا دیس کتنا ہے پُرکشش! نیا جلوہ جس کا ہر آن ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

صدا بن کے ہے مرے ساز میں مرے دل کے سوز وگداز میں
یہ ہے میرے عجز و نیاز میں مرا ناز ہے مرا مان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

مجھے اس کے ٹیلوں سے پیار ہے مجھے اس کی جھیلوں سے پیار ہے
ہرے کھیت اس کے ہیں خوشنما کہیں نیشکر، کہیں دھان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

سبھی صنعتیں ہیں جدید تر قدم اس کا ہر اک سعید تر
بنا گڑھ یہ علم جدید کا نہ یہ وہم ہے، نہ گمان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

کہیں کوہساروں کو دیکھنا کہیں آبشاروں کو دیکھنا!
ذرا لالہ زاروں کو دیکھنا کئی رنگا رنگ کی شان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

ہمیں خوف ہے نہ ہراس ہے کہ سپاہ فرض شناس ہے
ہمیں ہر گھرانے کا پاس ہے وہ ہے کارکن، پاکستان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

نہ ہی ذات پات کا ''لات'' ہو نہ ہی رنگ وخوں کا ''منات'' ہو
کبھی کاش! کھل کے یہ کہہ سکوں یہاں پنچ ہے نہ ہی خان ہے
مری جان پاکستان ہے مری جان پاکستان ہے

عبدالسلام اسلام

پبلشر آغا سیف اللہ، پرنٹر سلطان احمد ڈوگر مطبع ضیاء الاسلام پریس مقام اشاعت دارالنصر غربی چناب نگر (ربوہ) قیمت -/4 روپے

حضرت زرتشت۔اہل فارس کے ہادی اور رہنما

آپ نے ایک عظیم الشان عربی نبی اور فارسی الاصل مامور کی بعثت کی خبر دی

انیس احمد ندیم صاحب

حضرت زرتشت (Zoroaster یا zarathustra) ایران کے ایک پیغمبر اور پارسیوں کے مذہبی رہنما ہیں جن کا دعویٰ ہے کہ ان کا مذہب دنیا کا سب سے قدیم مذہب ہے اور اسے وہ یہود اور ہنود سے بھی قدیم قرار دیتے ہیں۔لیکن ایران کی تاریخ اور زرتشتیوں کی مذہبی کتب کے مطالعہ سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ یہ زمانہ حضرت عیسیٰ کی بعثت سے پانچ یا چھ سو سال قبل بنتا ہے اور یہ وقت وہی ہے جب ہندوستان اور اس کے نواح میں بدھ ازم اور چین میں کنفیوشس ازم کی تعلیمات پنپ رہی تھیں۔فردوسی نے شاہنامہ ایران میں زرتشت کے ظہور اور ایرانی بادشاہ گشتا سپ کا زمانہ ایک ہی قرار دیا ہے۔اسلامی مؤرخین کے مطابق یہ مذہب پوری شان وشوکت کے ساتھ تقریباً تین سو سال تک ایران میں رائج رہا اور بعد ازاں سکندر اعظم نے حملہ کر کے ایران کی تہذیب اور مذہب دونوں کو شدید نقصان پہنچایا۔اس سے بھی یہ واضح ہوتا ہے کہ مسلم مؤرخین کے مطابق حضرت زرتشت کا زمانہ حضرت عیسیٰ سے پانچ چھ سو سال ہی دور تھا۔زرتشتی جب ایران سے برصغیر آئے تو اس علاقے میں پارسی کے نام سے مشہور ہوئے۔

اس موضوع سے متعلق جو تاریخی ماخذ ہماری راہنمائی کرتے ہیں ان سے حضرت زرتشت کی یہ تصویر ابھرتی ہے کہ آپ کی پیدائش کے وقت بہت سے اعجازی نشان ظہور میں آئے آپ کی والدہ نے کمسنی ہی میں رویا میں دیکھا کہ ایک نور ان کے اندر داخل ہوا ہے۔پیدا ہونے والا یہ بچہ بھی غیر معمولی صفات کا حامل تھا،جس کے بچپن ہی میں بعض غیر معمولی صلاحیتوں کا اظہار ملتا ہے لیکن آپ کے بچپن اور جوانی کے حالات کا زیادہ ریکارڈ محفوظ نہیں کہ اس سے متعلق تفصیلی معلومات حاصل ہوں۔تیس برس کی عمر سے قبل ہی آپ کا مجاہدات کرنا اور آبادی سے دور غاروں میں چلے جانا بھی ان روایات سے ظاہر ہے۔

روایات کے مطابق اسی دوران ایک دفعہ آپ دریائے ڈیٹی (موجودہ آذربائیجان میں واقع ہے) عبور کر کے اس کے کنارے پر کھڑے تھے کہ آپ نے عالم کشف میں ایک نہایت چمکتی صورت دیکھی یہ واہومان فرشتہ تھا جس نے حضرت زرتشت سے اپنا دنیوی لباس اتارنے کو کہا اور وہ آپ کو لے کر آسمان کی طرف چلا آسمان کے دروازے آپ کے لیے کھولے گئے اور آپ نے خدا تعالیٰ کا جلوہ اور اس کی شان ملاحظہ فرمائی۔یہیں سے آپ کو تمام ضروری احکام عطا ہوئے اور آئندہ آنے والے حالات کی تفصیل دکھائی گئی۔ حتیٰ کہ آپ کے مشن کی مقبولیت اور اس کے زوال کے حالات بھی کشفاً دیکھے۔

پارسیوں کی اصطلاح میں اس روحانی نظارہ کو پہلی کانفرنس یا پہلی ملاقات کہا جاتا ہے اور اس سال کو جب آپ نے یہ نظارہ دیکھا ایک خاص مقام دیا جاتا ہے اور اسے مذہب کا سال کہا جاتا ہے۔بعد میں اس طرح کی چھ مزید کانفرنسوں کا ذکر ملتا ہے۔جس کے بعد حضرت زرتشت کی آزمائش کی گئی اور آپ شر کی طاقت کے شکنجہ میں دکھائے گئے ہیں لیکن آپ اپنی دعاؤں اور عبادت کے ذریعہ سے اس ابتلاء سے بچ نکلتے ہیں۔

آپ کے ظہور کے وقت ایران میں لامذہبیت کا تاریک دور تھا جہاں برق و باد اور طوفانوں تک کی پرستش کی جاتی تھی اور قوم کی اخلاقی حالت بھی نہایت ابتر تھی ان ناموافق حالات میں زرتشت نے ”اندیشہ نیک،گفتار نیک،اور کردار نیک“ کا ماٹو اپنی قوم کو دیا اور یہی اس دین کی بنیادی تعلیمات قرار پایا۔

تبلیغ دین کے لیے آپ نے انتھک محنت سے کام لیا آذربائیجان سے چین کے بعض علاقوں پھر ترکستان اور فارس میں آپ نے اس ماٹو کا پرچار کیا لیکن ہر طرف سے مخالفت اور ہنسی سے آپ کو جواب دیا گیا۔اس مخالفت سے تنگ آ کر آپ نے خدا کے حضور التجا کی اور آپ کو حکم ہوا کہ ایران کے بادشاہ گشتاسپ (وشتاسپ) کے پاس جاؤ آپ وہاں گئے دربار شاہی میں آپ کا مناظرہ ہوا جس میں آپ غالب رہے جس پر آپ کو ساحر اور جادوگر بھی کہا گیا۔اور آپ کو شاہی محل میں قید کر لیا گیا اور اسی قید میں بادشاہ پر حقیقت ظاہر ہوئی اور وہ آپ پر ایمان لے آیا اور اس کے ساتھ شاہی خاندان اور اہل فارس جوق در جوق اس نئے مذہب کو قبول کرنے لگے۔پارسی روایات کے مطابق اسی عرصہ میں ایک برہمن پنڈت کے ذریعہ سے یہ پیغام ہند میں پہنچا اور بعض لوگوں نے اسے قبول کر لیا۔

حضرت زرتشت سے متعلق مؤرخین کی عام رائے یہی ہے کہ آپ شمالی ایران کے کسی مقام پر پیدا ہوئے۔ایک اور تاریخی حوالہ آپ کے زمانہ اور علاقے کی تعیین کرتا ہے:۔

”شہر شیز میں مجوسیوں کا ایک عظیم الشان آتش کدہ ہے جسے فارس کے پیغمبر زرتشت سے منسوب کرتے ہیں کہا جاتا ہے کہ زرتشت جبل سیلان سے اس شہر میں آئے تھے اور لوگوں کے سامنے اپنی مقدس کتاب ”اوستا“ یا ”ژنداوستا“ پیش کی تھی یہ کتاب عجمی زبان میں ہے۔زرتشت نے گشتاپ بن لہراسپ شاہ ایران کے عہد میں دعویٰ نبوت کیا تھا۔“

(اردو ترجمہ: آثار البلاد از زکریا محمد بن محمود قزوینی)

حضرت زرتشت کے مکمل سوانح حیات نہ اوستا میں ملتے ہیں اور نہ ساسانیوں کے عہد کی تاریخ میں اور جو حالات بیان کیے جاتے ہیں ان کا ماخذ وہ کتب ہیں جو اشاعت اسلام کے بعد تصنیف ہوئیں مثلاً شاہنامہ وغیرہ اور وہ پارسی کتب جو بعد میں تراجم وغیرہ ہو کر اپنی اصلیت سے محروم ہو گئیں۔

ژنداوستا

Zend-Avesta

یہ پارسیوں کی مذہبی کتاب ہے جس کے چار حصے ہیں،پہلے حصے میں سے ایک گاتھاز کہلاتا ہے جو حضرت زرتشت کے ملفوظات اور نصائح پر مشتمل ہے اور آخری حصہ خورد اوستا کہلاتا ہے جو عام پارسی پڑھتے ہیں باقی کتاب صرف زرتشتی پادری یا مولوی ہی پڑھ سکتا ہے۔

اسی طرح ان تعلیمات پر مشتمل دو دفاتر ہیں ایک تو یہ ژنداوستا ہے اور دوسرا دفتر دساتیر کہلاتا ہے،دساتیر دستور کی جمع ہے جس کا مطلب ہے شرائع اور قوانین۔پارسیوں کی مذہبی کتب سے متعلق کہا جاتا ہے کہ یہ قوانین اور علوم وفنون کا بہترین مرقع تھیں لیکن وقت کے ساتھ ساتھ اور تراجم کی وجہ سے ان کی ہیئت بدلتی رہی اور ان کتب سے صداقتوں کو تلاش کرنا مشکل ہو گیا۔انہی دساتیر میں حضرت زرتشت کی وہ تفصیلی پیشگوئیاں درج ہیں جو عرب میں ایک نبی کی بعثت اور آپ کے تین ہزار سال بعد ایک فارسی موعود سے متعلق ہیں۔

زرتشتی عقائد

زرتشتی عقائد میں وحدانیت Monotheism اور تقدیر شر Dualism خاص طور پر قابل ذکر ہیں اسی طرح کئی فرشتوں کے نام بھی ان کی کتب میں مذکور ہیں،شیطانی طاقت کے بھی قائل ہیں جس کو آہرمان کہتے ہیں یہ عقیدہ بدلتا ہوا اب یہ صورت اختیار کر گیا ہے کہ دو خداؤں کا تصور جڑ پکڑ گیا ہے ایک نیکی کا اور دوسرا بدی کا۔اسی طرح نبوت،وحی،جزا سزا اور حیات آخرت پر بھی ایمان رکھتے ہیں۔اگر اس حصہ کا تفصیل سے مطالعہ کیا جائے تو گہری مماثلت ہے جو دینی تعلیمات سے نظر آتی ہے اور شاید یہی وجہ ہے کہ جب اسلام ایران میں داخل ہوا لوگوں نے اس تعلیم کو دیکھا جو ان کی تعلیم سے مشابہ لیکن زیادہ جامع اور حسین ہے تو وہ اس سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے۔اور اسلام قبول کر لیا۔

حضرت مصلح موعود فرماتے ہیں کہ ”اس مذہب کے عقائد (-) سے ملتے ہیں اعمال میں وضو تیمّم اور نماز بھی پائی جاتی ہے اور دوزخ اور بہشت کا عقیدہ بھی رکھتے ہیں ان لوگوں کا سب سے بڑا اختلاف دوسرے مذاہب سے یہ ہے کہ وہ خدا تعالیٰ کا سب سے بڑا جلوہ آگ اور سورج کو یقین کرتے ہیں اس لیے اس کی عام طور پر پوجا کرتے ہیں اس کے بعد پانی اور ہوا کے عناصر کے بھی پرستار ہیں....مردوں کو...یہ لوگ جن کو زرتشتی یا پارسی کہتے ہیں نہ جلاتے ہیں نہ دفن کرتے ہیں بلکہ گدوں کو کھلاتے ہیں۔اس کام کے لیے انہوں نے ایک جگہ بنائی ہوئی ہے جس کو وغمہ کہتے ہیں انگریزی میں اس کا جو نام ہے اس کا ترجمہ ہے ”مینار خاموشی“

(تقاریر ثلاثہ۔انوار العلوم جلد 7 صفحہ 121-122)

آتش کدہ

آگ زرتشتیوں کی اسی طرح پہچان بن چکی ہے جس طرح صلیب عیسائیوں کی۔لیکن یہ ایک بگڑا ہوا تصور ہے جو مرور زمانہ کی وجہ سے عقائد کا حصہ بن گیا ہے ورنہ اب بھی بعض پارسی اس بات سے منکر ہیں کہ وہ آتش پرست ہیں بلکہ وہ بتاتے ہیں کہ آگ کی پوجا کرنے والے جاہل لوگ ہیں ہم تو سورج،پانی،مٹی، اجرام فلکی اور آگ کو خدا تعالیٰ کے عطیات کے طور پر یاد رکھتے ہیں۔لیکن موجودہ زرتشتی عبادت گاہیں آتشکدہ کے نام سے ہی مشہور ہیں اور یہ آگ ان میں ہمیشہ جلتی رہتی ہے اور ان کے دعویٰ کے مطابق مسلسل اڑھائی تین ہزار سال سے جل رہی ہے۔

پارسیوں میں رسم ہے کہ جب کوئی شخص مر جائے تو اس کو کسی کھلی جگہ یا ایک عمارت میں جسے خاموش مینار کہا جاتا ہے بغیر تدفین کے چھوڑ دیا جاتا ہے تاکہ اسے جانور وغیرہ کھا جائیں اور دفن نہ کرنے کی وجہ ان کا یہ عقیدہ ہے کہ اب یہ ایسا جسم ہے جس سے روح نکل چکی ہے لہٰذا یہ نجس ہے اور اس لائق نہیں کہ مٹی، پانی یا آگ میں ڈالا جائے جو پاک عناصر ہیں۔یہ خاموش مینار نہایت قابل دید صورت میں تعمیر کیے جاتے ہیں جس کا ایک نمونہ ممبئی میں نظر آتا ہے جہاں پارسی اچھی خاصی تعداد میں آباد ہیں اور مالابار پہاڑی پر یہ مینار تعمیر کیے گئے ہیں جن کی بلندی تیس فٹ اور رقبہ دو سو سے تین سو مربع فٹ ہے۔

خاموش مینار اس لحاظ سے بھی پراسرار ہیں کہ ان کے اس حصے میں کسی کو بھی جانے کی اجازت نہیں ہوتی جہاں میت رکھی جاتی ہے حتیٰ کہ قریبی عزیز بھی نہیں۔اور وہ منظر نہایت کراہت والا معلوم ہوتا ہے جب ان میناروں کے اوپر گِدھوں کے جھنڈ کے جھنڈ اس انتظار میں اڑتے نظر آتے ہیں کہ کب یہ لوگ یہاں سے جائیں اور وہ میت کی چیر پھاڑ شروع کریں۔

جب مسلمانوں کے ہاتھوں ایران فتح ہوا تو اس

(باقی صفحہ 6 پر)

تھیلسیمیا۔ ایک موروثی بیماری
معلومات، علاج، بچاؤ

تھیلسیمیا بنیادی طور پر ایک موروثی بیماری ہے جس میں خون کے سرخ ذرات متاثر ہوتے ہیں۔ یہ بیماری مریض اپنے والدین سے وراثت میں حاصل کرتے ہیں۔ پاکستان میں یہ سب سے عام موروثی بیماری ہے۔ تھیلسیمیا کی مندرجہ ذیل دو اقسام ہیں۔

1۔ الفا تھیلسیمیا Alpha Thalassaemia

2۔ بیٹا تھیلسیمیا Beta Thalassaemia

ہم اس مضمون میں صرف بیٹا تھیلسیمیا کا ذکر کریں گے کیونکہ ہمارا مسئلہ بیٹا تھیلسیمیا ہے۔

Beta Thalassaemia کی تین اقسام ہوتی ہیں۔

1۔ Thalassaemia Minor
معمولی تھیلسیمیا

2۔ Thalassaemia Intermedia
درمیانہ تھیلسیمیا

3۔ Thalassaemia Major
شدید تھیلسیمیا

معمولی تھیلسیمیا

معمولی تھیلسیمیا کے حامل لوگ بالکل صحت مند ہوتے ہیں لیکن یہی وہ لوگ ہیں جن کی وجہ سے معاشرے میں یہ بیماری خاموشی سے پھیلتی جا رہی ہے۔ یہ لوگ اس بیماری کا کیریئر ہوتے ہیں۔

درمیانہ تھیلسیمیا

یہ بیماری بھی ماں باپ سے اپنے بچوں میں منتقل ہوتی ہے۔ یہ بیماری عموماً 2 سال کی عمر کے بعد ظاہر ہوتی ہے۔ اس درمیانہ درجہ کے تھیلسیمیا میں خون لگانے کی ضرورت بعض دفعہ نہیں ہوتی یا پھر سال میں ایک دو دفعہ خون لگانا پڑتا ہے یا بعض مریضوں میں عمر کے ساتھ ساتھ ہر ماہ بھی خون لگوانے کی ضرورت پیش آسکتی ہے۔ ایسی صورت میں مریض کا علاج بہت احتیاط سے کرانا چاہئے۔

شدید تھیلسیمیا

یہ تھیلسیمیا کی سب سے مہلک قسم ہے۔ اس میں متاثرہ بچے بوقت پیدائش نارمل ہوتے ہیں لیکن 4 سے 6 ماہ کی عمر میں خون کی کمی ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ بعض بچوں میں خون کی کمی 10 سے 12 ماہ کی عمر میں شروع ہوتی ہے۔

درحقیقت یہ بیماری خون بنانے کے بنیادی خلیوں کی بیماری ہے جو کہ ہڈی کے گودے میں پیدا ہوتے ہیں اور پروان چڑھتے ہیں۔ اس بیماری میں بنیادی خرابی ان خلیوں کے جینز Genes میں ہوتی ہے۔ اس خرابی کی وجہ سے خون کے سرخ ذرات خون کی نالیوں میں آنے سے پہلے ہی ہڈیوں کے گودے میں مر جاتے ہیں اور جو خون کی نالیوں میں آتے ہیں وہ صحت مند نہیں ہوتے نتیجتاً وقت سے پہلے ہی مر جاتے ہیں۔ اس طرح خون کی کمی بچوں میں ہو جاتی ہے اور بچوں کو زندہ رکھنے کے لئے ساری زندگی خون لگوانا پڑتا ہے۔

تھیلسیمیا میجر کی پہچان

1۔ پیدائش کے چار چھ مہینے بعد یا بعض بچوں میں 10 سے 12 مہینے کے بعد خون کی کمی ہونا شروع ہو جاتی ہے جس سے بچوں کا رنگ پیلا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔

2۔ بھوک بہت کم ہو جاتی ہے اور ساتھ ساتھ اس سے متاثرہ بچوں میں چڑچڑا پن پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔

3۔ متلی یا الٹی کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ بچے صحیح طرح سو بھی نہیں سکتے۔

4۔ جگر اور تلی بڑھ جانے سے پیٹ بھی پھول جاتا ہے اور اکثر بچوں میں بخار اور سینے کی سوزش کی شکایت شروع ہو جاتی ہے۔

5۔ بچوں کی نشوونما کم ہو جاتی ہے اور بچے کافی کمزور ہو جاتے ہیں۔

تھیلسیمیا میجر کی تشخیص

1۔ اگر آپ کے خاندان میں یہ بیماری موجود ہو اور اوپر دی ہوئی تمام علامتیں ایک سال تک کے بچے میں نظر آئیں تو اس بات کا قوی امکان ہوتا ہے کہ آپ کے بچے کو شدید تھیلسیمیا ہے۔

آپ کا ڈاکٹر تشخیص کے لئے مندرجہ ذیل ٹیسٹ کروا سکتا ہے۔

Blood Cp

Hb Electrophoresis

یہ ٹیسٹ کوشش کریں کسی اچھی لیبارٹری سے ہو جائیں یہ دونوں تقریباً 650 روپے میں ہو جاتے ہیں۔ ٹیسٹ کروانے کے بعد خون کی بیماریوں کے ماہر ڈاکٹر کو ضرور دکھائیں۔ یہ ٹیسٹ خون لگنے سے پہلے ہونے چاہئیں۔ خون اگر لگ چکا ہو تو ایسی صورت میں Thalassaemia Major خون Mutation کا ٹیسٹ کروائیں۔ جو صرف آغا خان یا AFIP راولپنڈی سے 5500 روپے کا ہوتا ہے۔

والدین کا بھی Blood CP اور Hb Electrophoresis کرانا چاہئے۔ اگر دونوں کو Thalassaemia Minor ہے تو پھر یقینی طور پر بچے کو شدید تھیلسیمیا ہو سکتا ہے۔

تھیلسیمیا میجر کا علاج

تھیلسیمیا میجر کا علاج دو طرح سے ممکن ہے۔

1۔ باقاعدہ خون لگوانا
(Blood Transfusion)

2۔ بنیادی خلیوں کی پیوندکاری
(Stem Cell Transplantation)

1۔ باقاعدہ خون لگوانا (Blood Transfusion)

تھیلسیمیا میجر کی جیسے ہی تشخیص ہو جائے تو ساتھ ہی یہ طریقہ علاج شروع کر دینا چاہئے۔ اس سے بیماری جڑ سے ختم نہیں ہوتی بچے کو ہمیشہ تادم زندگی خون باقاعدگی سے لگوانا پڑتا ہے۔ خون لگوانے کے اپنے مسائل ہیں لیکن خون لگوانا ضرور پڑتا ہے۔

خون کس طرح لگوانا چاہئے اور کب کب؟

اس کے لئے مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے۔

1۔ بچے کا ہیموگلوبن (Hb) اگر 11gm تک ہے تو اسے فوراً صحیح مقدار میں خون لگا دینا چاہئے ورنہ خون کی کمی تیزی سے بڑھتی جائے گی۔ ساتھ ساتھ تلی بڑھنا شروع ہو جاتی ہے۔ ہڈیاں اندر ہی اندر سے پھیلنا شروع ہو جاتی ہیں۔ بچے کی نشوونما رک جاتی ہے اور اس طرح اگر وقت پر خون نہ لگوائیں تو بچہ 6 سے 8 سال کی عمر میں فوت بھی ہو سکتا ہے۔

2۔ بچے کو خون 10-20cc/kg وزن کے حساب سے خون دیا جاتا ہے۔ شروع میں تقریباً ہر ماہ خون لگوانے کی ضرورت پڑتی ہے بچے کے بڑا ہونے کے ساتھ ساتھ اس وقفہ میں کمی بھی ہو سکتی ہے خاص طور پر اگر علاج صحیح طرح نہ ہو رہا ہو تو۔

3۔ بچے کو ہمیشہ صرف سرخ ذرات (Packed Red Cells) دیئے جائیں۔ خون میں سے پانی والا حصہ (Plasma) نکال لینا چاہئے تاکہ بچہ دیگر نقصانات سے بچا رہے۔ بچے کو فلٹر لگا کر خون دیجئے۔ اگر فلٹر میسر نہ ہو تو Washed Packed Cells دیجئے۔

4۔ کوشش کریں خون 5 دن سے زیادہ پرانا نہ ہو۔ مریض کو خون کی بوتل 3 سے 4 گھنٹے تک لگا کر ختم کر دینی چاہئے۔

5۔ جو خون لگایا جائے وہ یرقان (Hepatitis B,C) ایڈز، ملیریا اور دیگر امراض سے بالکل پاک ہو۔

6۔ بچے کو Hepatitis B کے حفاظتی ٹیکوں کا کورس خون لگنے سے پہلے کرا لینا چاہئے۔

7۔ قریبی رشتہ داروں کا خون لگوانے سے گریز کریں۔

8۔ بار بار خون لگنے سے جسم میں فولاد (Iron) کی زیادتی ہو جاتی ہے اس کا بھی ساتھ ساتھ سد باب کرتے رہنا چاہئے۔

9۔ اگر آپ مندرجہ بالا سب باتوں پر عمل کریں گے تو آپ کا بچہ بھی تندرست رہے گا اور لمبی عمر پائے گا۔

تھیلسیمیا میجر میں جو مریض کو پیچیدگیاں ہوتی ہیں ان کو بھی کم کر کے مریض کو کافی حد تک مکمل صحت کے قریب کر سکتے ہیں۔

بار بار خون لگوانے سے مریض میں آئرن کی مقدار بڑھتی رہتی ہے ایک خون کی بوتل میں 250 ملی گرام فولاد ہوتا ہے اس طرح 12 سے 15 دفعہ خون لگوانے کے بعد مریض کا ٹیسٹ کروانا چاہئے۔ اس ٹیسٹ کو Serum Ferritin کہتے ہیں۔ اس پر تقریباً 400 روپے لاگت آتی ہے۔ اگر خون میں (آئرن) کی مقدار 1000mg سے زیادہ ہو جائے اس کو کم کرنے کی طرف توجہ کرنی چاہئے خون میں فولاد کی زیادتی سے مندرجہ ذیل نقصانات ہو سکتے ہیں۔

1۔ مریض بچے کی صحت گری گری رہتی ہے۔

2۔ جلد کی رنگت سیاہ ہونا شروع ہو جاتی ہے۔

3۔ جگر و تلی بڑھنے لگتے ہیں۔

4۔ دل و پھیپھڑے متاثر ہوتے ہیں اور سانس لینے میں دقت ہوتی ہے۔

5۔ بار بار بخار ہوتا ہے اور جسم میں سوجن شروع ہو جاتی ہے۔

6۔ قد چھوٹا رہ جاتا ہے۔ بچہ کمزور لگنے لگتا ہے۔

7۔ جنسی اعضاء کی نشوونما متاثر ہوتی ہے۔

8۔ ذیابیطس ہو سکتی ہے۔

9۔ خون لگوانے کے وقفے میں کمی ہو جاتی ہے۔

اس طرح بچے کا صحیح علاج نہ کرنے کی صورت میں بچہ 6 سے 8 سال تک کی عمر میں فوت ہو سکتا ہے۔

تھیلسیمیا میجر کی پیچیدگیاں اور ان کا علاج

خون میں فولاد (آئرن) زیادہ ہونے کی صورت میں کیا کرنا چاہئے؟

اگر آپ چاہتے ہیں کہ مندرجہ بالا نقصانات بچے میں نہ ہوں تو اس کے لئے Desferal نام سے انجکشن آتا ہے وہ باقاعدگی سے لگواتے رہیں۔ دوائی کی مقدار بچے کے خون میں موجود فولاد کی مقدار کے حساب سے دی جاتی ہے۔ اس دوا کو ایک پمپ میں ڈال کر دینا چاہئے۔ اس کا دورانیہ 12-10 گھنٹے ہونا چاہئے۔ لوکل پمپ کی قیمت 4200 روپے ہے۔ Imported پمپ 8 سے 10 ہزار روپے تک کا

آتا ہے۔

Desferal کے ایک انجیکشن میں 500 ملی گرام دوائی ہوتی ہے۔ اس کو ریفریجریٹر میں رکھنا چاہئے۔ اس دوا کو ایک سرنج میں بھر کر Distilled Water 4-5cc کے ساتھ مکس کرلیں۔ سرنج کے آگے Butterfly Tube فٹ کرلیں۔ اس کے بعد سرنج کو پمپ میں فٹ کریں۔ اس طرح یہ دوا جلد کے نیچے (S/C) لگا کر ہفتہ میں پانچ دن دے سکتے ہیں یا ہر تین دن بعد ایک ناغہ بھی کرسکتے ہیں ہر روز دوائی کو جلد کے نیچے مختلف جگہ پر لگائیں۔ اگر کوئی پمپ نہیں خرید سکتا تو اسے یہ دوائی نس (Vein) کے ذریعے بھی دی جاسکتی ہے۔ اس کا دورانیہ بھی 12-10 گھنٹے ہونا چاہئے۔ یہ دوا خون کی بوتل میں ڈال کر نہ دیں بلکہ نارمل سیلائن کی ڈرپ میں ڈال کر دینا چاہئے۔ Desferal کی دوائی لگانے کے دوران بچوں کو Vitamin C کی گولی بھی ضرور دیں۔ لیکن اس کی مقدار 150-50 گرام سے زیادہ نہ ہو۔

انجیکشن ڈسفرال درج ذیل چارٹ کے مطابق دینا چاہئے

فیرٹین (جسم میں فولاد کی مقدار)	ڈسفرال کتنا دیا جائے
ایک ہزار ملی گرام یا اس سے کم	ڈسفرال کی ضرورت نہیں
ایک ہزار سے 2000 ملی گرام	25 ملی گرام فی کلوگرام وزن
دو ہزار ملی گرام سے تین ہزار ملی گرام	35 ملی گرام فی کلوگرام وزن
3000 ملی گرام سے زیادہ	45 ملی گرام فی کلوگرام وزن

انجیکشن ڈسفرال کے نقصانات اور اس کا علاج

1۔ قوت سماعت اور نظر میں فرق آتا ہے۔ دوائی بند کرنے یا کم کرنے کی صورت میں ٹھیک ہوجاتا ہے۔ بعض صورتوں میں قوت سماعت پر اثر مستقل بھی ہوسکتا ہے۔

2۔ جہاں پر ڈسفرال لگایا جاتا ہے وہاں پر سرخی یا خارش ہوسکتی ہے اس لئے ڈسفرال جگہ بدل بدل کر لگوائیے یا زیادہ الرجی ہونے کی صورت میں دوا میں انجیکشن Hydrocortisone شامل کیا جاسکتا ہے۔ جس سے ٹھیک ہوجائے گا۔

3۔ بخار یا گلے میں انفیکشن یا پیٹ کی خرابی ہو تو ڈسفرال مت لگوائیے۔

نئی دوا Defriprone یا L1

فولاد کم کرنے کی ایک نئی دوا اور بھی ہے جو کھائی جاتی ہے۔ اس کا نام Defriprone یا L1 ہے لیکن یہ پاکستان میں دستیاب نہیں ہے۔ اس کے استعمال سے قوت مدافعت میں کمی ہوتی ہے اور جوڑوں میں درد بھی ہوتا ہے اس لئے شاید یہ دوا زیادہ مقبول نہیں۔

انفیکشن (Infections)

بار بار خون لگنے سے اور تلی بڑھ جانے سے مختلف انفیکشن ہوسکتے ہیں ویسے بھی نارمل بچوں سے تھیلیسیمیا والے بچوں کی قوت مدافعت کم ہوتی ہے۔ مندرجہ ذیل انفیکشن ہوسکتے ہیں۔

ہیپاٹائٹس Hepatitis B

ہیپاٹائٹس Hepatitis C

ایڈز HIV

ملیریا یا آتشک CMV(Syphilis)

اس لئے بچوں کو ان تمام جراثیم سے پاک خون لگوائیے۔ اگر مندرجہ بالا میں سے کوئی بیماری لگی بھی ہو تو ان کا بھی ساتھ ساتھ علاج کروائیے۔

تلی کا بڑھنا

خون اور ڈسفرال وقت پر اور صحیح مقدار میں نہ لگنے تو تلی بڑھ جاتی ہے جس سے خون لگانے کے وقفہ میں کمی ہوجاتی ہے۔ پیٹ پھول جاتا ہے۔ سانس لینے میں تکلیف ہوتی ہے۔

خون کے سفید اور پیلے ذرات کم ہوجاتے ہیں۔ اس لئے بہتر ہے تلی آپریشن کروا کر نکال دی جائے۔ تلی نکالنے سے متعلق مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے۔

تلی 5 سال کی عمر سے پہلے نہ نکالی جائے۔

تلی نکالنے سے 20 دن پہلے نمونیا اور گردن توڑ بخار کے ٹیکے ضرور لگوائیں۔

تلی نکالنے کے بعد معمولی بخار کو بھی نظر انداز نہ کریں۔

تلی نکالنے کے بعد ڈاکٹر جو دوائیں دیں وہ 2-4 سال تک کے لئے باقاعدگی سے کھائیں۔

تلی نکالنے کے بعد خون لگنے کے وقفہ میں اضافہ ہوجاتا ہے لیکن اس سے بیماری ختم نہیں ہوجاتی۔ اس لئے باقاعدگی سے خون لگواتے رہیں اور Hb 11 سے نیچے نہ گرنے دیں۔

دل کے مسئلے

اگر خون کم لگے اور ڈسفرال نہ لگے تو دل کے مسائل ہوتے ہیں۔ دل کی دھڑکن بے ترتیب ہوجاتی ہے۔ پیروں کی سوجن اور سانس پھولنا ابتدائی علامات ہیں فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہئے۔

دیگر مسائل

1۔ اس بیماری سے اور جسم میں فولاد کی زیادتی سے جسم کے مختلف غدود متاثر ہوتے ہیں جس کی وجہ سے شوگر ہوجاتی ہے۔ ہڈیاں نرم ہوکر پھیل جاتی ہیں، قد چھوٹا رہ جاتا ہے اور جنسی اعضاء کا نامناسب رہنا اور کمزوری وغیرہ ہوجاتی ہے۔ لہٰذا اس سے بچاؤ کا یہی طریقہ ہے کہ وقت پر صحیح خون کی مقدار اور ڈسفرال کی مقدار لگتی رہے۔

2۔ جگر بڑھ جاتا ہے، نظر کم آنا، دانت کا درد، پیٹ کا درد، جھٹکے آنا، ہڈیوں کا درد اور بار بار بخار کا ہونا۔ ان بیماریوں کے لئے اپنے ڈاکٹر کو دکھاتے رہیں۔

3۔ تھیلیسیمیا چونکہ ٹھیک نہ ہونے والی بیماری ہے اس لئے نفسیاتی طور پر بھی متاثر ہوسکتے ہیں۔ بچے چڑچڑے ہوجاتے ہیں۔ غصہ بہت آتا ہے اور خوراک سے لاپرواہ ہوجاتے ہیں۔ ان میں مایوسی انتہا تک پہنچ جاتی ہے۔ لہٰذا بچوں کے ساتھ بڑے صبر و تحمل اور خوش اخلاقی سے پیش آئیں تاکہ ان کے نفسیاتی مسائل مزید نہ بڑھنے پائیں۔

4۔ تھیلیسیمیا والے بچوں کی پرورش نارمل بچوں کی طرح کی جائے ان کے کھیل کود پر پابندی نہ لگائی جائے بچوں کو سکول بھیجا جائے۔ ان کی متوازن غذا کا خیال رکھا جائے۔ بچوں کو ایسی غذا اور دوا نہ دیں جس میں آئرن اور وٹامن سی ہو۔ غذا میں سرخ گوشت، پالک، انار، سیب وغیرہ کم سے کم دیں۔

2۔ بنیادی خلیوں کی پیوندکاری

اس طریقہ علاج سے خون کی کئی بیماریوں کا جڑ سے خاتمہ کیا جاسکتا ہے۔ مثلاً تھیلیسیمیا، Aplastic Anemia اور خون کے کینسر وغیرہ۔ یہ بیماریاں خون بنانے کے بنیادی خلیوں میں خرابی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ سب بنیادی خلیے ہڈی کے گودے میں بنتے ہیں۔ اس لئے اگر ان خراب خلیوں کو صحت مند خلیوں میں بدل دیا جائے تو بیماری جڑ سے ختم ہوسکتی ہے۔

اگر ایک صحت مند عطیہ دہندہ سے اس کے صحت مند خلیے نکال کر اس کو مریض میں منتقل کردیں تو اس عمل کو Stem Cell Transplantation کہتے ہیں۔ بنیادی خلیوں کی پیوندکاری تین طرح سے ممکن ہے۔

1۔ ہڈی کے گودے کی پیوندکاری

(Bone Marrow Transplantation)

2۔ خون کے بنیادی خلیوں کی پیوندکاری

(Stem Cell Transplantation)

3۔ نال کے خون کی پیوندکاری

(Cord Blood Transplantation)

ان سب میں سستا اور آسان طریقہ کار بنیادی خلیوں کی پیوندکاری (Stem Cell Transplantation Blood) ہے۔ اس میں عطیہ دہندہ کو بغیر کسی تکلیف یا بے ہوش کئے اس کے بنیادی خلیے لے کر ایک مشین کے ذریعے مریض میں منتقل کرسکتے ہیں۔ اس مشین کو Cell Seperator کہتے ہیں۔ ڈونر کو پہلے تیار کیا جاتا ہے۔ اس کے لئے ضروری ہے ڈونر اور مریض کے خلیے آپس میں 100 فیصد مشابہت رکھتے ہوں۔ ہمارے ملک میں یہ پیوندکاری سگے بہن بھائیوں کے عطیے سے ہی ممکن ہے۔ اس کے لئے خلیوں کی آپس کی مشابہت چیک کرنے کے لئے ایک ٹیسٹ کرتے ہیں جس کو HLA Typing کہتے ہیں۔ اس کے لئے عام طریقے سے خون کی نس میں سے 20cc بلڈ لے کر یہ ٹیسٹ کرلیا جاتا ہے۔ یہ ٹیسٹ آغا خان ہسپتال یا AFIP راولپنڈی میں ہوتا ہے اس پر 15000 تک اخراجات آتے ہیں۔

HLA Matching کے بعد ڈونر کو 4 یا 5 دن انجیکشن لگاتے ہیں تاکہ خون کے بنیادی خلیے ہڈی کے گودے سے نکل کر خون میں شامل ہوجائیں۔ چھٹے دن یہ خلیے خون سے مشین کے ذریعے نکال کر مریض کو فوراً منتقل کردیئے جاتے ہیں۔ عطیہ دینے کے بعد ڈونرز روزمرہ کے کام جاری رکھ سکتے ہیں۔ یہ عطیہ ایک ڈونر ایک سے زائد مرتبہ بھی کرسکتا ہے۔ اس میں تکلیف یا خطرے کی کوئی بات نہیں۔ دس سے پندرہ دن میں پتہ چل جاتا ہے کہ عطیہ کئے گئے خلیوں نے مریضوں کے جسم میں کام شروع کردیا ہے یا نہیں۔

بنیادی خلیوں کی پیوندکاری کے بعد مندرجہ ذیل پیچیدگیاں ہوسکتی ہیں۔ جن پر مریض کی زندگی اور پیوندکاری کی کامیابی کا انحصار ہے۔ یہ پیچیدگیاں 80-50 فیصد مریضوں میں ہوسکتی ہیں۔ زیادہ تر مریضوں میں دوائیوں کے ذریعے قابو پایا جاسکتا ہے۔

1۔ لمبا اور تیز بخار

2۔ پیٹ کا درد یا شدید دست الٹی، منہ اور حلق میں چھالے

3۔ جگر اور گردوں کا خراب ہونا

4۔ بالوں کا گرنا، جلد کے داغ اور زخم

5۔ عطیہ کئے گئے خلیوں کو مریض کے جسم کا قبول نہ کرنا (GVHD)

6۔ دل اور پھیپھڑوں اور دماغ کا ساتھ چھوڑ دینا

یہ مسائل پہلے 30 دن اور پھر پہلے 100 دن ہونے کا سب سے زیادہ امکان ہوتا ہے۔ اس کے بعد پہلا سال بہت اہم ہے۔ اس لئے مریض کو پیچیدگیوں سے بچنے کے لئے ڈاکٹر کی تمام ہدایات پر عمل کرنا پڑتا اور ساتھ ساتھ 6-12 ماہ دوائی بھی کھانی پڑتی ہے۔

کچھ مسائل ایک سال کے بعد بھی ہوسکتے ہیں جو کہ غیر متوقع ہیں۔

پیوندکاری کے بعد کامیابی

کامیابی کا تناسب 90-60 فیصد ہوتا ہے لیکن اس کے لئے مندرجہ ذیل باتیں بہت ضروری ہیں۔

1۔ HLA Match شدہ بہن بھائی

2۔ ڈسفرال کا باقاعدہ استعمال

3۔ جگر 2 سنٹی میٹر سے زیادہ بڑھا نہ ہو اور جگر

میں ریشوں (Fibrosis) کی غیر موجودگی ہو۔

کامیابی کو جو عوامل متاثر کرتے ہیں

1۔ بچے کی عمومی صحت کا اچھا نہ ہونا۔

2۔ بچے کی عمر۔ بڑے بچوں میں کامیابی کا تناسب کم ہے۔

3۔ باقاعدہ اور مناسب مقدار میں خون کا نہ لگنا۔ Washed Packed یا Filtered شدہ خون کا باقاعدہ نہ لگنا۔

4۔ Hepatitis B,C کے اثرات سے پاک نہ ہونا۔

اخراجات

بنیادی خلیوں کی پیوندکاری میں ایک ماہ کے اخراجات 8 سے 12 لاکھ تک آسکتے ہیں۔ ویسے بھی اگر آپ پہلے طریقہ علاج کے مطابق باقاعدہ انتقال خون اور باقاعدہ ڈسفرال لگواتے ہیں اور بہترین توجہ دیتے ہیں اس میں بھی ایک بچے کے پہلے دس سال کے اخراجات 6 سے 8 لاکھ تک آتے ہیں۔ لیکن ملک میں بہترین علاج 5 فیصد لوگ ہی کرواپاتے ہیں۔ زیادہ تر بچوں کو خون بھی ضرورت سے کم ہی میسر ہوتا ہے اس کے علاوہ ماں باپ جس ذہنی کوفت اور معاشی پریشانی سے گزرتے ہیں اس کا تو کوئی مول ہی نہیں۔

پاکستان میں تھیلسیمیا کے متعلق چند حقائق

1۔ اسی لاکھ سے ایک کروڑ تک افراد تھیلسیمیا معمولی (Thalassaemia Minor) میں مبتلا ہیں۔

2۔ ملک میں ہر سال 6 ہزار سے زائد بچے Thalassaemia Major کے پیدا ہوتے ہیں۔

3۔ 80-90 فیصد بچے خون کی کمی کا شکار رہتے ہیں۔ اور 80 فیصد سے زائد بچے فولاد کی زیادتی کا شکار رہتے ہیں۔

4۔ 60-70 فیصد بچے Hepatitis B,C سے متاثر ہوتے ہیں

5۔ 60-70 فیصد بچے 10 سال کی عمر تک مرجاتے ہیں۔

6۔ اس بیماری کا واحد کامیاب علاج خون کے بنیادی خلیوں کی پیوندکاری ہے جس پر تقریباً 12 لاکھ اخراجات آتے ہیں۔

7۔ تقریباً 90 فیصد خاندانوں نے اپنے دیگر بچوں کو تھیلسیمیا مائنر کے لئے چیک نہیں کرایا۔

8۔ خواتین کو اس بیماری کا ذمہ دار ٹھہرایا جاتا ہے حالانکہ وہ بالکل بھی قصوروار نہیں۔

تھیلسیمیا سے بچاؤ

تھیلسیمیا سے بچاؤ اس لئے ضروری ہے کہ یہ صرف ایک صحت کا ہی مسئلہ نہیں بلکہ یہ ایک سماجی اور معاشی مسئلہ بھی ہے۔ اس بیماری پر ایک تو لاکھوں روپے کے اخراجات ہوتے ہیں دوسرے والدین کی پریشانی علیحدہ ہے۔ اس لئے بہتر یہی ہے کہ اس بیماری سے بچاؤ کا راستہ اپنایا جائے جو کہ ہر خاندان کے لئے انفرادی طور پر آسان راستہ ہے۔

تھیلسیمیا کے بچاؤ سے پہلے اس بیماری کی وراثت اور پھیلاؤ کو سمجھنا ضروری ہے۔ جیسا کہ شروع میں بتایا جاچکا ہے کہ یہ ایک موروثی بیماری ہے اس میں ماں یا باپ یا دونوں اپنے بچوں میں یہ بیماری منتقل کرتے ہیں۔ شدید تھیلسیمیا صرف اسی صورت میں ممکن ہے کہ دونوں ماں اور باپ کو تھیلسیمیا مائنر (معمولی) ہو۔

یعنی ہر حمل میں اس بات کا 25 فیصد امکان ہوتا ہے کہ بچے کو شدید تھیلسیمیا ہو۔ 50 فیصد معمولی تھیلسیمیا اور 25 فیصد کا امکان ہوتا ہے کہ نارمل بچہ ہو۔

اگر والدین میں سے کسی ایک ممبر کو معمولی تھیلسیمیا نہیں ہے اور ایک کو ہے تو اس صورت میں شدید تھیلسیمیا ہونے کا امکان نہیں ہوتا۔ 50 فیصد امکان ہوتا ہے کہ معمولی تھیلسیمیا والا بچہ ہو اور 50 فیصد امکان ہوتا ہے کہ نارمل بچہ پیدا ہو۔ یہ بات اب واضح ہوگئی ہوگی کہ شدید اور معمولی تھیلسیمیا پھیلانے والے ذمہ دار وہ افراد ہیں جن کو معمولی تھیلسیمیا ہو۔ ان کو Carriers بھی کہتے ہیں اور عموماً یہ لوگ اس بیماری سے بے خبر ہوتے ہیں۔

بچاؤ کس طرح ممکن ہے

اپنے تمام غیر شادی شدہ چھوٹے بڑے بچوں کا خون کا ٹیسٹ Blood CP کروائیے۔ اس پر 100 روپے کا خرچ آتا ہے۔ اس سے اندازہ ہوجاتا ہے کہ آپ کے بچے کو معمولی تھیلسیمیا تو نہیں اگر تھوڑا بہت شبہ ہوجائے تو اس کے لئے ایک حتمی ٹیسٹ Hb Electrophoresis کرانا ہوگا۔ اس سلسلے میں ایک بہتر ٹیسٹ ہے جس کو Hb-A2 Estimation by column کہتے ہیں۔ یہ ٹیسٹ کسی اچھی لیبارٹری سے کروا کر خون کی بیماریوں کے ماہر ڈاکٹر کو دکھا کر صورتحال واضح کروالیں۔ اگر آپ کو معلوم ہوجائے کہ بچے یا بچی کو معمولی تھیلسیمیا ہے تو اس بات کو یقینی بنائیے کہ آپ کے بچے یا بچی کی شادی، منگنی کسی معمولی تھیلسیمیا والے بچے سے نہ ہونے پائے ورنہ مستقبل میں آپ شدید تھیلسیمیا کے حامل مریض بچوں کے نانا، نانی، دادا یا دادی بن سکتے ہیں۔

Thalassaemia Minor کو خاموش قاتل کہا جاتا ہے۔ اس لئے تمام شادی شدہ جوڑے بھی اوپر دیئے تمام ٹیسٹ کروا کر اس بات کا اطمینان کرلیں کہ دونوں کو Thalassaemia Minor کی بیماری تو نہیں تا کہ شدید تھیلسیمیا بچوں کے ماں باپ بننے سے بچ سکیں۔

تاہم یہ ٹیسٹ ان جوڑوں کے لئے انتہائی ضروری ہیں جن کے خاندان یا نزدیکی رشتہ داروں میں یہ بیماری چل رہی ہو۔ اگر ثابت ہوجائے کہ میاں بیوی میں سے کسی ایک کو Thalassaemia Minor ہے تو کوئی بات نہیں لیکن اگر دونوں کو Thalassaemia Minor ہے تو ایسے جوڑوں کو دوران حمل CVS ٹیسٹ سے فائدہ اٹھانا چاہئے۔ اس ٹیسٹ کے ذریعے حمل کے دوران ماں کے پیٹ میں موجود بچے کا پتہ چل جاتا ہے کہ اس بچے کو شدید تھیلسیمیا ہے کہ نہیں۔

یہ ٹیسٹ حمل کے 11-12 ہفتے کے دوران کیا جاسکتا ہے۔

دوران حمل تشخیص کے یہ ٹیسٹ مندرجہ ذیل جگہوں پر ممکن ہیں (اس ٹیسٹ پر 15 ہزار روپے تک اخراجات آتے ہیں)

ڈاکٹر جہاں آراء آغا خان ہسپتال کراچی ٹیلی فون 021-4930051

ڈاکٹر یاسمین راشد (Genetech Lab) فون 042-7596589 لاہور

ڈاکٹر نادرہ راولپنڈی فون 561-34038

بچاؤ میں تیسری ضروری بات خاندان کو مختصر رکھنا ہے۔ والدین میں سے کسی ایک کو بھی اگر Thalassaemia Minor ہے تو اس بات کا 50 فیصد امکان ہے کہ ہر حمل میں بچے کو Thalassaemia Minor ہو اس طرح جتنے زیادہ بچے ہوں گے اتنے زیادہ تھیلسیمیا مائنر کے شکار ہوں گے۔ پھر ایسے بچوں کا آپس میں شادیاں کرنے کا امکان بڑھ جائے گا۔ یوں Thalassaemia Major کے بچے بھی زیادہ پیدا ہوں گے۔ اس لئے اگر اللہ تعالیٰ نے آپ کو دو تندرست بچے دیئے ہیں تو برائے مہربانی مزید بچوں کی خواہش پر قابو رکھیں۔

(بقیہ صفحہ 3)

وقت زرتشت ازم ہی ایران کا سرکاری مذہب تھا۔ لیکن خوبصورت اور مکمل اسلامی تعلیم کے سامنے یہ مذہب اپنی پہچان نہ بنا سکا اور تاریخی روایات کے مطابق باوجود اس کے کہ مسلمانوں نے انہیں مکمل مذہبی آزادی دی اور دسویں صدی عیسوی تک بھی جب مسلمانوں کو ایران میں داخل ہوئے تین سو سال ہو چکے تھے فارس کے کئی شہروں میں آتش کدے موجود تھے، وہاں عبادت ہوتی تھی اور نئے معابد تعمیر بھی ہوتے تھے۔

حضرت مسیح موعود سے پوچھا گیا کہ کیا زبان پارسی میں بھی خدا نے کلام کیا ہے تو فرمایا کہ ہاں خدا کا کلام زبان پارسی میں بھی اترا ہے جیسا کہ وہ اس زبان میں فرماتا ہے ''ایں مشت خاک را گر نہ بخشم چہ کنم''....اس سے مقصود .... کو یہ سبق دینا ہے کہ وہ دنیا کے کسی حصہ کے ایسے نبی کی کسرشان نہ کریں جو ایک کثیر قوم نے اسے قبول کرلیا تھا یہ اصول نہایت ہی پیارا اور دلکش اصول ہے۔

(چشمہ معرفت۔ روحانی خزائن جلد 23 ص 382)

حضرت مصلح موعود اہل زرتشت سے متعلق فرماتے ہیں: ''زرتشت .... جو ایران کا ایک نبی ہے اور جس کے پیرو پارسی کہلاتے ہیں اور ہندوستان میں خاص طور پر معزز خیال کیے جاتے ہیں اور دنیاوی ترقی میں دوسری قوموں سے ایک خاص امتیاز رکھتے ہیں۔''

(حقیقۃ النبوۃ۔ انوار العلوم جلد 2 ص 510)

حضرت زرتشت کی پیشگوئیاں

زرتشتی صحائف میں دساتیر کا ایک اہم مقام ہے جس کا مختصر تعارف ہو چکا ہے اس میں حضرت زرتشت کی ایک پیشگوئی مذکور ہے جس کے مطابق: ''چوں چنیں کار ہا کنند از تازیاں مردے پیدا شود کہ از پیروان او....'' ترجمہ: یعنی جب ایرانی ایسے کام کریں گے کہ شریعت پر عمل چھوڑ دیں گے اور ان میں بدیاں پھیل جائیں گی تو ایک مرد خدا پیدا ہوگا جس کے پیروکاروں کے ذریعہ ایران فتح ہوگا اور وہ بت کدہ کی بجائے خانہ آباد (خانہ کعبہ کے لیے یہ لفظ استعمال ہوتا ہے) کو بتوں سے پاک کرکے مرکز عبادت بنایا جائے گا۔

اس پیشگوئی کے اگلے حصے میں مدائن اور نواحی علاقوں کی فتح کی خبر دی گئی ہے۔ اور اس فتح کے ساتھ اس نبی کی صفت یہ بیان کی گئی ہے کہ ''ایشاں مردے باشد سخنور و سخن او درہم پیچیدہ'' یعنی وہ نبی صاحب کلام (شریعت) ہوگا اور اس کا کلام اسرار و رموز اور بلیغ زبان پر مشتمل ہوگا۔

(تفصیلی پیشگوئی کے لیے دساتیر۔ نامہ ساسان اول۔ صفحہ 188 مطبوعہ 1878ء)

حضرت عمر کے عہد میں 16ھ میں مدائن فتح ہوا جو ایران کا پایہ تخت تھا اور حضرت سعد جو اسلامی لشکر کے کمانڈر تھے انہوں نے مدائن کے سفید محلات کو دیکھتے ہی نعرہ تکبیر بلند کیا اور اس سرزمین میں جس سے متعلق حضرت زرتشت نے فرمایا تھا کہ آنے والے نبی کے ذریعہ بت پرستی کا خاتمہ ہوگا توحید کے نعرے کے ساتھ آپ نے اس کا آغاز فرمایا۔

مرکری زہر کے بداثرات مرکری۔ آرسینک

''مرکری (پارہ) بہت اہم اور گہرا اثر رکھنے والی دوا ہے جو جسم کے ہر حصہ اور خلیہ پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اگر مرکری کا زہر ایک دفعہ جسم میں داخل ہو جائے تو اس کے بداثرات سے نجات حاصل کرنا اگر ناممکن نہیں تو امر محال ضرور ہے۔ یہ بھی آرسینک کی طرح بہت گہرے اور دائمی اثرات کا حامل ہے۔ لیکن آرسینک کا زہر اپنے بداثرات کو آئندہ نسل میں منتقل نہیں کرتا بلکہ تمام تر اثرات اسی ایک وجود میں سمیٹے رکھتا ہے جسے آرسینک دیا گیا ہو۔ وہ جب تک زندہ رہے گا آرسینک کے اثرات کے ساتھ زندہ رہے گا۔ جب مر جائے گا تو ان کے سمیت مٹی میں دفن ہو جائے گا اور اس کا ایک ذرہ بھی بداثر کے طور پر اگلی نسل میں منتقل نہیں ہوگا۔ مگر مرکری ایسی خطرناک چیز ہے کہ اس کے بداثرات نسل در نسل جاری رہتے ہیں۔'' (صفحہ: 591)

وٹامنز، منرلز کے صحت پر اثرات

نام	غذائی ذرائع	جسم میں کام	کمی سے ہونے والی بیماریاں	روزانہ جسمانی ضرورت
وٹامن اے A Retinol	جگر، گردے، دودھ، انڈہ کی زردی، گہری سبز سبزیاں، زرد پھل مثلاً آم، پپیتا، گاجر، مچھلی کا تیل	جلد کی بیرونی سطح اور جسم کی اندرونی جھلیوں کی افزائش کرتی ہے۔	نظر کی خرابی، آنکھ کی جھلی پر سفید نشان پڑنا، رات کا اندھا پن	بڑے 750 مائیکروگرام
وٹامن ڈی D	جگر، دودھ، مچھلی کا تیل، زردی، وٹامن ڈی کی ایک قسم 7 ڈی ہائڈروکولیسٹرول جسم خود بناتا ہے جو سورج کی روشنی سے وٹامن ڈی میں تبدیل ہوجاتی ہے	ہڈیوں اور دانتوں کو مضبوط کرتا ہے۔کیلشیم اور فاسفورس کو جذب کرنے کا کام کرتی ہے۔	بچوں میں ریکٹ Ricket اور بڑوں میں Osteomalacia پیدا کرتی ہے	5-10 مائیکروگرام سورج کی روشنی
وٹامن ای E ٹوکوفیرول	ویجی ٹیبل آئل، سبز پتوں والی سبزیاں، دودھ، زردی، مونگ پھلی، اخروٹ، اناج، مٹر، لوبیا، بادام	وٹامن اے کے جذب کرنے کے عمل کو بہتر کرتی ہے۔جلد میں موجود جھلیوں کو مضبوط کرتی ہے اور بڑھاپے میں جھریوں کو روکتی ہے۔خون کے سرخ ذرات کی حفاظت کرتی ہے۔	خون کی کمی، پٹھوں میں درد، جلد کی بیماریاں، جھریاں، اعصابی نظام کی خرابی، ٹیڑھی چال	8-10 ملی گرام
وٹامن K	سویابین، ویجی ٹیبل آئل، گندم، سبزی، پھل	خون کے جماؤ کے لئے ضروری، رطوبت کے اخراج کے لئے ضروری	خون میں قوت مدافعت کم کردیتی ہے، خون کو پتلا کرتی ہے۔	50-150 مائیکروگرام
وٹامن B1 Thiamine	جگر، گردے، گوشت، دال، اناج، آلو، اخروٹ، مونگ پھلی، مچھلی	نشاستہ کے میٹابولزم میں مدد دیتی ہے، بھوک اور ہاضمہ بہتر کرتی ہے، اعصاب کی صحت مندی کے لئے ضروری ہے۔	بیری بیری، دل کے پٹھے کمزور ہوجاتے ہیں، جسم میں پانی پڑجانا، دل کی تیز دھڑکن	01 ملی گرام
وٹامن B2 Ribo Flavin	دودھ، سبز پتوں کی سبزیاں، گوشت دالیں، اناج	خلیوں کی دیواریں بنانے کا کام کرتی ہے، جسم کی نشوونما کے لئے ضروری، آنکھوں اور جلد کے لئے ضروری ہے	منہ میں چھالے بننا، زبان کی سرخی اور سوجن، جلد کی خارش خصوصاً چہرے اور پیشاب کی جگہ پر خارش	1-2 ملی گرام
نایاسن Niacin	مچھلی، جگر، گوشت، پولٹری، مونگ پھلی، اخروٹ، دودھ، دلیا، دالیں	نشاستہ، پروٹین اور چربی کو ہضم کرنے میں مدد کرتی ہے	پیلاگرا، علامات، پیچش، جلدی خارش، یادداشت کی خرابی	15-20 مائیکروگرام
وٹامن B6 Pyridoxine	جئی کا دلیہ، اناج، چوکر، دودھ، زردی، دالیں	پروٹین کو ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے، جسم کے خلیوں کی افزائش کے لئے ضروری ہے	ہاتھوں پیروں کا سن ہونا، خون کی کمی	2 ملی گرام
فالک ایسڈ Folic Acid	سبز پتوں والی سبزیاں، گندم، انڈہ، مچھلی، لوبیا	خلیوں کے اندر نیوکلک ایسڈ کے بنانے کے لئے درکار ہے، خون کے سرخ ذرات کی افزائش کے لئے ضروری	خون کی کمی خصوصاً خون کے سرخ ذرات کی کمی سے انیمیا، میگالوبلاسٹک انیمیا	300 مائیکروگرام
وٹامن B12 Cobalamine	گوشت، دودھ، دودھ کی مصنوعات، مچھلی	خلیوں کے اندر، موروثی جین بنانے میں کام آتی ہے، اعصاب کی صحت کے لئے ضروری خون کے ذرات کی نشوونما کرتی ہے	میگالوبلاسٹک انیمیا، اعصابی کمزوری	2-5 مائیکروگرام
وٹامن سی Ascorbic Acid	ترشاوہ پھل، ٹماٹر، خربوزہ، بندگوبھی، انناس، امرود	خلیوں کو مضبوط کرتی ہے، جسم کے اندر سیمنٹ کا کام کرتی ہے، زخموں کو مندمل کرتی ہے، آئرن کو جذب کرنے کا کام کرتی ہے۔	سکروی	30 ملی گرام
کیلشیم Calcium	دودھ، دودھ کی مصنوعات، مچھلی، خشک میوہ، پتوں والی سبزیاں	جسم کے منرل کے کل مقدار کا 39 فیصد ہوتی ہے، 99 فیصد مقدار ہڈیوں اور دانتوں میں ہوتی ہے اور ان کی مضبوطی کے لئے ضروری ہے، دل کے عضلات کی مضبوطی کے لئے ضروری	ڈھانچے میں نقائص پیدا ہونا، دل کے عضلات کا ڈھیلاپن، دانتوں کا ٹوٹنا	500 ملی گرام
فاسفورس Phosphorus	گوشت، مچھلی، انڈہ، دودھ، مونگ پھلی، اخروٹ، دالیں، اناج	ہڈی سازی کا کام کرتا ہے۔نشاستہ پروٹین اور چربی کو ہضم کرنے میں مدد کرتا ہے، ہر خلئے کے Nucleus میں موجود ہوتی ہے	اعصابی نظام کی کمزوری، عضلاتی نظام کی کمزوری، ہڈیوں کا ٹوٹنا، گردے کی خرابی	300-400 ملی گرام
آئرن Iron	گوشت، زردی، لوبیا، دالیں، خشک میوہ، گنا، دلیہ	خلیوں تک آکسیجن پہنچانا، خون کے سرخ ذرات میں ہیموگلوبن بنانا	قوت مدافعت کی کمی، خون کے سرخ ذرات کی کمی، انیمیا، بچوں میں تعلیمی کارکردگی متاثر ہونا، یادداشت کی کمی، تھکاوٹ، چکر آنا	
سوڈیم Sodium	سبز پتوں والی سبزیاں، نمک، گوشت، مونگ پھلی، اخروٹ	جسم کے تمام بافتوں میں موجود ہوتا ہے، جسم میں پانی کا توازن قائم رکھنے کا کام کرتا ہے، دل کی دھڑکن نارمل کرتا ہے	دل کی دھڑکن کی بے قاعدگی، بلڈ پریشر کی کمی	70-220 ملی مول
پوٹاشیم Potasium	جو، مکئی، گندم، کالے چنے، سبز چنے، مٹر، کشمش، کیلا، مونگ پھلی، کافی، چائے	خلیوں کے اندر موجود ہوتی ہے، ہڈیوں، دل اور اعصاب کے خلیوں کی مضبوطی کے لئے ضروری ہے	ذہن کا منتشر ہونا، عضلات کی کمزوری، جسمانی تھکاوٹ، دل کی بے ترتیب دھڑکن	80-150 ملی مول
میگنیشیم Magnesium	سبز پتے والی سبزیاں، دودھ، دودھ کی مصنوعات	خلیوں کے بننے کے عمل کے لئے ضروری	قد کا رکنا، ہاتھ کانپنا، اعصابی نظام کا متاثر ہونا، شدید کمی میں جھٹکے لگنا	15-20 ملی مول

اطلاعات واعلانات

نوٹ: اعلانات صدر/امیر صاحب حلقہ کی تصدیق کے ساتھ آنا ضروری ہیں۔

سانحہ ارتحال

مکرم حافظ پرویز اقبال صاحب نائب پرنسپل مدرسۃ الحفظ اطلاع دیتے ہیں خاکسار کے خسر محترم ملک ممتاز احمد صاحب ابن مکرم ملک عبدالرحمٰن صاحب علامہ اقبال ٹاؤن لاہور مورخہ 25جولائی 2005ءکوکینیڈامیں بعمر 64سال وفات پاگئے آپ خداتعالیٰ کے فضل سے موصی تھے رحمدل عاجز' تہجد گزار' مہمان نواز اور انکسار دکھانے والے تھے۔ خصوصاً مربیان کرام اور مرکزی نمائندگان کی خدمت کر کے خوشی محسوس کرتے تھے چندوں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لینے والے تھے مورخہ 30جولائی 2005ءکو آپ کی اہلیہ محترمہ اور چھوٹا بیٹا کینیڈا سے جسد خاکی لے کر پاکستان آئے مورخہ 31جولائی 9بجے صبح احاطہ دفاتر صدرانجمن احمدیہ میں محترم صاحبزادہ مرزاخورشید احمد صاحب ناظراعلیٰ وامیر مقامی نے نماز جنازہ پڑھائی اور بہشتی مقبرہ میں تدفین عمل میں آئی قبر تیار ہونے پر محترم ضمیر احمد ندیم صاحب مربی سلسلہ نے دعا کروائی۔ آپ نے پسماندگان میں اہلیہ کے علاوہ تین بیٹے مکرم نعیم احمد قذافی صاحب امریکہ مکرم وسیم احمد صاحب لندن اور مکرم منوراحمد حسن صاحب کینیڈا اور تین بیٹیاں مکرمہ شازیہ انور صاحبہ اہلیہ مکرم محمد انور پاشا صاحب لندن مکرمہ آمنہ ممتاز صاحبہ خاکسار کی اہلیہ ربوہ اور مکرمہ نادیہ متین صاحبہ اہلیہ مکرم متین احمد صاحب لندن چھوڑی ہیں احباب جماعت سے درخواست ہے کہ اللہ تعالیٰ مرحوم کی مغفرت فرمائے اور اپنی رضا کی جنت میں بلندتر مقام عطا فرمائے اور ہم سب کو صبر کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

سانحہ ارتحال

مکرم عبدالاعلیٰ صاحب نائب قائد ضلع لاہور تحریر کرتے ہیں کہ میری والدہ محترمہ خالدہ سمیع صاحبہ زوجہ مکرم چوہدری محمد عبدالسمیع صاحب مرحوم (برادر اصغر ڈاکٹر عبدالسلام صاحب) طویل علالت کے بعد مورخہ 24جولائی 2005ء کو بعمر 67سال وفات پاگئیں۔ مرحومہ مکرم ملک حبیب الرحمٰن صاحب سابق ہیڈ ماسٹر کی بیٹی اور حضرت حافظ نبی بخش صاحب کی پوتی تھیں۔ مرحومہ متقی، پرہیزگار، دعاگو، غریبوں کی ہمدرد اور ہر حال میں خدا کا شکر ادا کرنے والی خاتون تھیں۔ مرحومہ نے 1962ء میں 1/8 کی وصیت کی تھی نماز جنازہ مورخہ 25جولائی 2005ءکو محترم صاحبزادہ مرزاخورشید احمد صاحب ناظراعلیٰ وامیر مقامی نے پڑھائی۔ اور تدفین بہشتی مقبرہ میں عمل میں آئی۔ مرحومہ نے ایک بیٹی مکرمہ مریم فہیم صاحبہ زوجہ چوہدری فہیم احمد صاحب آف راولپنڈی اور دو بیٹے مکرم عبدالصمد صاحب آف فیصل ٹاؤن لاہور اور خاکسار یادگار چھوڑے ہیں۔ درخواست دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ مرحومہ کو جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام سے نوازے اور ان کے درجات بلند فرمائے۔ (آمین)

نکاح

مکرم پروفیسر ڈاکٹر وسیم احمد صاحب پروفیسر آف سرجری کنگ ایڈورڈ میڈیکل کالج لاہور لکھتے ہیں۔ کہ میری بیٹی مکرمہ عابیہ احمد صاحبہ کا نکاح مکرم مرزا عمرواحمد صاحب ابن مکرم شکیل احمد صاحب کے ساتھ تین لاکھ حق مہر پر مکرم چوہدری حمید نصراللہ خان صاحب امیر جماعت احمدیہ لاہور نے 10جولائی 2005ءکو ڈیفنس لاہور میں پڑھا۔ مکرم مرزا عمرو احمد صاحب حضرت امام جماعت ثانی کے صاحبزادے مکرم مرزا حفیظ احمد صاحب کے نواسے ہیں۔ لڑکا اور لڑکی دونوں حضرت ڈپٹی میاں محمد شریف صاحب کی نسل سے ہیں۔ احباب سے رشتہ کے بابرکت ہونے کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

ربوہ میں طلوع وغروب 17۔اگست 2005ء	
طلوع فجر	4:03
طلوع آفتاب	5:32
زوال آفتاب	12:13
غروب آفتاب	6:53

رمضان احمد طاہر صاحب

خوش ذائقہ شربت خود بنائیں

گرمیوں میں مہمان نوازی اور گھریلو استعمال کے لئے مندرجہ ذیل نسخہ سے تیار ہونے والا خوش ذائقہ لال شربت 30روپیہ فی بوتل کے حساب سے تیار ہو جاتا ہے جو بازار سے ملنے والے لوکل مشروبات کی عمومی قیمت کا نصف ہے یہ شربت بہت عرصہ سے تیار ہو رہا ہے معروف نسخہ ہے یہ عاجز تو محض توجہ دلانے کی خاطر لکھ رہا ہے۔

اجزائے ترکیبی

گل نیلوفر 5تولے، منقیٰ 5تولے، آلو بخارا 5 تولے، عرق گلاب ایک بوتل، ایسنس کیوڑہ 1/4 اونس، رنگ سرخ میٹھا 5 گرام، چینی 5 کلو۔ ٹاٹری 5 گرام۔

بنانے کا طریقہ

اول الذکر چاروں اجزاء 2 کلو پانی میں بھگو دیں۔ 4سے 6 گھنٹے بعد اچھی طرح جوش دیں اس دوران برتن کا منہ بند رکھیں چولہے سے اتار کر صاف موٹے کپڑے سے چھان لیں دبا کر نچوڑنے کی ضرورت نہیں ہے بعد ازاں اس پانی میں ٹاٹری اور چینی ڈال کر چولہے پر رکھیں چند منٹ تک پکائیں اس دوران چینی کی مَیل اتارتے جائیں جب شربت کا قطرہ زمین پر گر کر پھیلنے کی بجائے موتی کی طرح ہو جائے تو شربت تیار ہے بصورت دیگر 7 کلو پانی برتن میں ڈال کر نشان لگا دیں جب مطلوبہ سطح پر شربت آجائے چولہا بند کر دیں تیار شربت کو ٹھنڈا ہونے تک ڈھکنا نہیں چاہئے وقفے وقفے سے ہلاتے رہیں بالکل ٹھنڈ ہونے پر ایسنس شامل کر دیں آدھ کپ ابلے ہوئے ٹھنڈے پانی میں رنگ گھول کر ملا دیں اور خوب مکس کریں اور کاروباری لوگ تو اس کام کے لئے ''مدھانی'' استعمال کرتے ہیں بہرحال اچھی طرح مکس کریں۔ اور ململ کے صاف کپڑے سے چھان کر دھلی ہوئی خشک بوتلوں میں بھرلیں تقریباً 7بوتل شربت تیار ہوگا۔ جو کوالٹی کے لحاظ سے بہترین ہوگا۔ طب کی مستند کتابوں کے مطابق نیلوفر کے پھول مقوی دل و دماغ ہیں حرارت کو تسکین دیتے ہیں پیاس کو تسکین دیتے ہیں گرمی کی وجہ سے پیدا شدہ سردرد (Sun.Strok)کے لئے مفید و مستعمل ہیں آلو بخارا خشک بھی پیاس کو تسکین دیتا ہے پیٹ کو صاف کرتا ہے جوش خون کو تسکین دیتا ہے۔ گرمی کے دردسر اور صفراوی بخاروں نیز متلی کے لئے مفید ہے آنتوں میں پھسلن پیدا کرتا ہے باوجود ترشی کے کھانسی کے لئے مضر نہیں۔

منقیٰ جگر کو تقویت دیتا ہے پیٹ کو نرم کرتا ہے بدن کو موٹا کرتا ہے عرق گلاب۔ دافع درد شکم اور کاسر ریاح ہے نیز غشی کو رفع کرتا ہے غرضیکہ تمام اجزاء بہترین فوائد کے حامل ہیں نیز یہ مرکب بہت خوش ذائقہ تیار ہوتا ہے یہاں یہ امر بھی قابل ذکر ہے کہ اس نسخہ میں عرق کیوڑہ بھی شامل ہے جو کہ اب بالکل ناپید ہے مارکیٹ میں کوئی ایسی چیز نہیں جس کا عرق کشید کر کے عرق کیوڑہ کہا جا سکے لہٰذا احباب عرق کیوڑہ کو بھول جائیں مندرجہ بالا نسخہ مکمل ہے۔ اس شربت کو ٹھنڈے پانی یا ٹھنڈے دودھ میں ملا کر پیئیں موسم برسات میں لیموں شامل کر لیں۔ بڑی لاجواب چیز ہے۔

☆......☆......☆